preso da ...http://le-journal-italienne.blogspot.com

GUARDA e CUCINA

FABBRI EDITORI

preso da ...http://le-journal-italienne.blogspot.com

GUARDA e CUCINA

Successo a tavola, con le ricette illustrate passo dopo passo

LA PASTA COME PIATTO UNICO

21

preso da ...http://le-journal-italienne.blogspot.com

FABBRI EDITORI

Un libro Dorling Kindersley

Tratto da Look & Cook:
Fish Classics, Perfect Pasta, Italian Country Cooking e Creative Casseroles
Copyright © 1992 Dorling Kindersley Limited, Londra
Copyright del testo © 1992 Anne Willan

Per l'edizione italiana: Copyright © 1994 R.C.S. Libri & Grandi Opere S.p.A., Via Mecenate 91 - Milano

Direzione Fascicoli
GIULIANA ZUCCOLI BELLANTONI

Progettazione Editoriale
ALDA CASTAGNETTI

Art Director
CESARE BARONI

Produzione Editoriale
ISABELLA ASCOLI

Coordinamento Redazionale
LAURA SOTTILI

Progetto Editoriale
MADDALENA RIMOLDI

Realizzazione Editoriale
MATEX A.G.E.

Direttore Responsabile: Giovanni Giovannini

Iscrizione al Registro Nazionale della Stampa
n. 00262, vol. III, foglio 489 del 20/9/1982
Registrazione n. 634 del 5/12/1994 presso il Tribunale di Milano
Diffusione: R.C.S. Libri & Grandi Opere S.p.A.
Via Mecenate, 91- 20138 Milano - tel. 02/5095.1
Distribuzione per l'Italia: RCS Rizzoli Periodici S.p.A.
Via A. Rizzoli, 2 - 20132 Milano
Pubblicità e progetti speciali: ALBERTO POMPAS
✆Abbonamenti: tel. 02/55190514

Spedizione in abbonamento postale 50%-Milano

Servizio arretrati: Gli arretrati delle pubblicazioni Fabbri sono disponibili per un anno dal loro completamento e possono essere richiesti al proprio edicolante, oppure direttamente alla R.C.S. Libri & Grandi Opere S.p.A. - Ufficio Arretrati, tel 02/5095.2444/2211/2236 - Via Mecenate, 91 - 20138 Milano, che effettuerà la spedizione contro assegno postale. Per i numeri arretrati da oltre un mese è applicato un sovrapprezzo di L. 1000 sul prezzo di copertina.

LA PASTA COME PIATTO UNICO

Quando, in tempi abbastanza recenti, ci si rese conto dello stretto rapporto esistente tra cibo e salute si identificò nell'area mediterranea la zona nella quale questo rapporto era ottimale. L'analisi delle abitudini alimentari aveva posto in evidenza il ruolo della pasta, arricchita con verdure, carni, pesci o formaggi e condita con olio d'oliva: un piatto unico gustosissimo dove l'apporto di carboidrati, proteine, vitamine e grassi è così giustamente calibrato da rappresentare un toccasana per la salute. Qui sono raccolti alcuni degli abbinamenti più classici in una essenziale panoramica di tutti i formati: un punto di partenza per infinite escursioni nel pianeta della pasta.

PENNE D'AUTUNNO — *da pagina* 4 *a pagina* 7

LASAGNE AL PESCE — *da pagina* 8 *a pagina* 13

CONCHIGLIE ALLA MARINARA — *da pagina* 14 *a pagina* 17

PENNE RICCHE ALL'ARRABBIATA — *da pagina* 18 *a pagina* 21

MACCHERONI ALLE SARDE — *da pagina* 22 *a pagina* 25

STUFATO — *da pagina* 26 *a pagina* 29

TIMBALLO DI PASTA AI FORMAGGI — *da pagina* 30 *a pagina* 33

E IN PIÙ... — *da pagina* 34 *a pagina* 35

Penne d'autunno

Dosi per 8 persone | Preparazione 40 minuti* | Cottura15 mnitui

Utensili

** si può anche usare una padella larga

I CONSIGLI

"L'accorgimento per dare quel tocco di sapore in più è quello di far saltare la pasta già condita, in modo che i profumi, fondendosi, si esaltino."

I ricchi colori e i profumi fragranti dell'autunno sono i protagonisti di questa semplice ma gustosa ricetta. Il condimento è a base di zucchine, pomodori maturi e melanzane, arricchiti con peperoni, cipolle e aglio.

** più 30 minuti per il riposo*

Suggerimenti utili

Il condimento di verdure può essere preparato anche 48 ore prima e conservato in frigorifero. Scaldare la salsa, cuocere la pasta e e condirla solo al momento di servire.

Cosa occorre
250 g di zucchine patty pan
500 g di penne
2 spicchi d'aglio
2 cipolle medie
1 piccola melanzana
250 g di pomodori
1 peperone rosso
75 ml di olio d'oliva
sale e pepe

Ingredienti

I CONSIGLI

"Le zucchine petty pan sono una varietà insolita, sostituibile con zucchine nostrane."

Sequenza di lavoro

1 Preparazione delle verdure

2 Preparazione della salsa

3 Cottura delle penne e completamento

1 Preparazione delle verdure

1 Mondare le zucchine, privandole delle estremità, e affettarle.

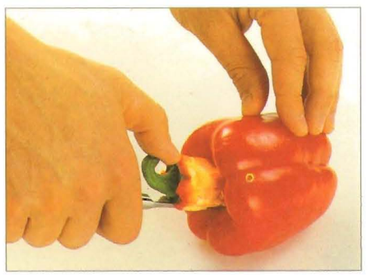
2 Tritare finemente l'aglio. Tagliare le cipolle a metà, quindi affettarle a fettine sottili.

Il coltello deve essere ben affilato per tagliare la buccia dura della melanzana
Salare la melanzana e lasciarla riposare per eliminare il liquido amaro

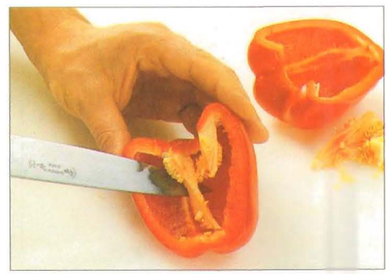
3 Mondare la melanzana e tagliarla a metà nel senso della lunghezza. Ridurre quindi ogni metà a tocchetti e porli in uno scolpasta, cospargerli di sale e lasciarli riposare per 30 minuti in modo che perdano l'acqua di vegetazione.

4 Pelare, privare dei semi e tritare i pomodori (vedi riquadro a pag.6). Mondare il peperone e tagliarlo a listerelle (vedi riquadro sottostante).

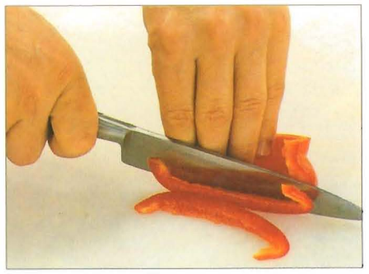
Come preparare un peperone



1 Con il coltello da cucina tagliare attorno al torsolo del peperone. Torcere il torsolo ed estrarlo delicatamente.



2 Tagliare a metà il peperone, eliminare le nervature interne e togliere i semi. Lavare i peperoni in acqua fredda e asciugarli con carta da cucina.

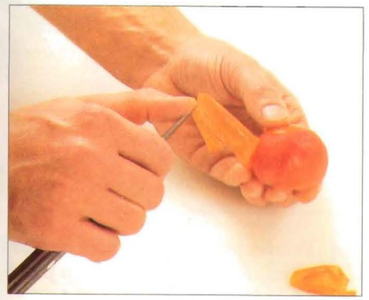


3 Tagliare ogni mezzo peperone a metà, quindi ridurlo a listerelle.

COME PELARE, PRIVARE DEI SEMI E TRITARE I POMODORI

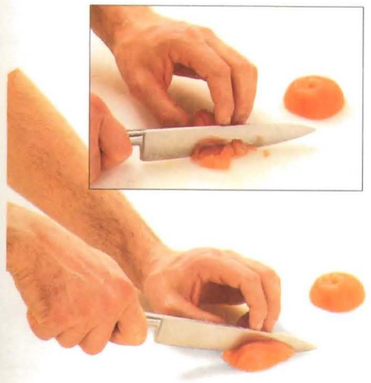
1 Con un coltellino, eliminare il picciolo da ogni pomodoro, quindi voltarlo e incidere una croce. Immergere i pomodori in un tegame colmo di acqua bollente fino a quando la pellicina si solleverà.

2 Con il cucchiaio forato togliere i pomodori dall'acqua e porli in una ciotola colma di acqua fredda.

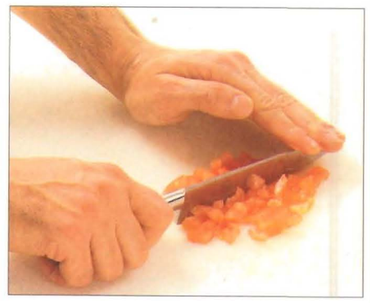


3 Quando i pomodori saranno freddi, scolarli e pelarli.

4 Tagliare i pomodori a metà e togliere i semi, dapprima strizzando un poco i pomodori, poi togliendoli con il coltellino.

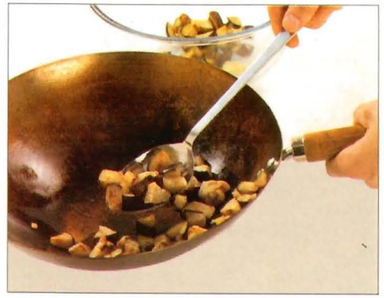


5 Porre ogni mezzo pomodoro sul tagliere e affettarlo verticalmente. Ruotarlo di 90° e affettarlo di nuovo.



6 Ridurre i pomodori a dadini.

2 PREPARAZIONE DELLA SALSA

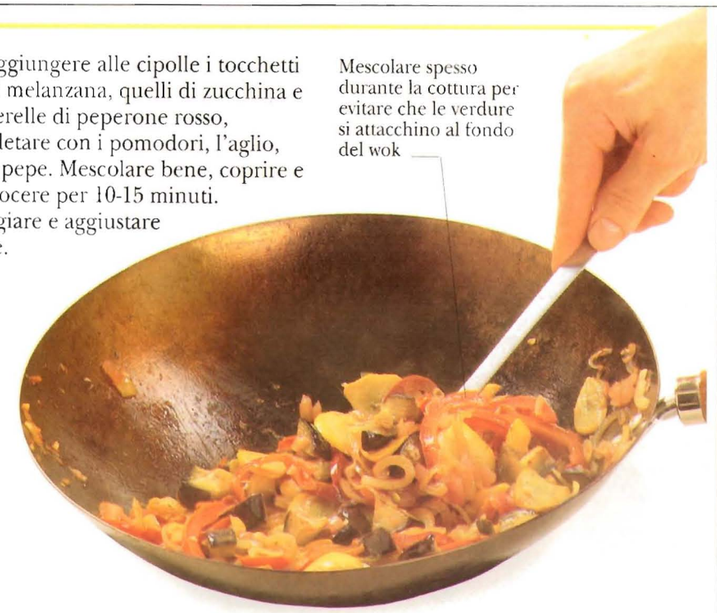


1 Scaldare nel wok metà dell'olio. Unirvi i toccetti di melanzana e friggerli per circa 5 minuti, quindi porli in una ciotola utilizzando il cucchiaio forato. Versare nel wok le fettine di zucchina e cuocerle per circa 3 minuti, unendo, se necessario, altro olio. Unirle alle melanzane.

2 Friggere nel wok anche le listerelle di peperone, aggiungendo poco olio, quindi versare anch'esse nella ciotola.

3 Infine, far scaldare un altro cucchiaio d'olio nel wok, unirvi le cipolle affettate e farle ben dorare.

4 Aggiungere alle cipolle i tocchetti di melanzana, quelli di zucchina e le listerelle di peperone rosso, completare con i pomodori, l'aglio, sale e pepe. Mescolare bene, coprire e far cuocere per 10-15 minuti. Assaggiare e aggiustare di sale.



3 COTTURA DELLE PENNE E COMPLETAMENTO

1 Riempire un tegame di acqua, portarla a ebollizione e salarla. Tuffarvi la pasta e farla cuocere per circa 12-15 minuti, in base alle indicazioni riportate, mescolando spesso per evitare che si attacchi. Scolarla.

2 Versare le penne nel wok e farle saltare con le verdure.

SERVIRE IN TAVOLA
Distribuire la pasta in piatti singoli prerisaldati e servire ben calda.

VARIANTE

PENNE AI TRE SAPORI

Una ricetta molto colorata, adatta ai mesi estivi, quando i peperoni sono più profumati e saporiti.

1 Non utilizzare le zucchine e le melanzane della ricetta principale.
2 Mondare e lavare 2 peperoni rossi, 2 gialli e 2 verdi, quindi tagliarli a listerelle (vedere riquadro a pag. 5).
3 Friggere i peperoni in circa 50 ml di olio d'oliva, quindi proseguire nella preparazione della salsa come indicato.

I CONSIGLI
"Quanto più festosi saranno i colori dei peperoni, tanto più allegro sarà il risultato finale."

preso da ...http://le-journal-italienne.blogspot.com

LASAGNE AL PESCE

DOSI PER 8 PERSONE — PREPARAZIONE 40-45 MINUTI — COTTURA 30-45 MINUTI

UTENSILI

pirofila da 24x34 cm

tegami, 1 con coperchio

tagliere

coltello da cucina

frusta

mestolo

cucchiaio forato

carta da cucina

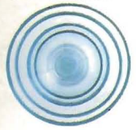
coltellino

cucchiaio di legno

grattugia

tegame grande a bordi bassi

colino



ciotole

scolapasta

Questa combinazione di pasta, pesce e frutti di mare, condita con una ricca salsa, è davvero deliziosa. Pesce e frutti di mare vengono cotti con scalogno e vino, e il loro liquido di cottura è usato per la salsa.

COSA OCCORRE

250 g di gamberi
250 g di capesante sgusciate
500 g di filetti di sogliola
2 scalogni
30 g di burro, più quello per la pirofila
1/2 bicchiere di vino bianco
1 cucchiaio di olio di semi
250 g di lasagne fresche o secche
100 g di gruviera
sale e pepe
Per la salsa
1 cipolla piccola
1/2 l di latte
1 foglia di alloro
6 grani di pepe
500 g di pomodori perini
200 g di funghi coltivati
30 g di burro
30 g di farina
150 ml di panna da montare
6-8 gambi di prezzemolo e basilico
1 pizzico di peperoncino in polvere, sale, pepe

INGREDIENTI

filetti di sogliola*

gamberi

lasagne

vino bianco

capesante

erbe

panna da montare

alloro

scalogno**

burro

olio di semi

farina

funghi

gruviera

latte

pomodori perini

cipolla

peperoncino in polvere

pepe

*altro pesce adatto: platessa, cappone, branzino

**oppure 2 cucchiai di cipolla e 1/2 spicchio di aglio tritati

SEQUENZA DI LAVORO

1 PREPARAZIONE DEL PESCE

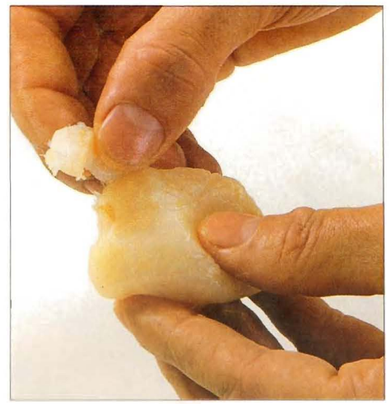
2 PREPARAZIONE DELLA SALSA

3 COMPLETAMENTO E COTTURA DELLE LASAGNE

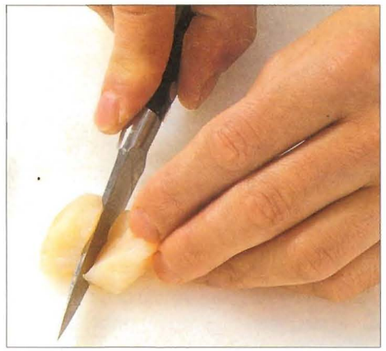
1 PREPARAZIONE DEL PESCE

Staccare il guscio dai gamberi cominciando dalla parte posteriore della testa

1 Sgusciare i gamberi ed eliminare il filo intestinale lungo la schiena. Se sono grandi, tagliarli a metà per lungo.

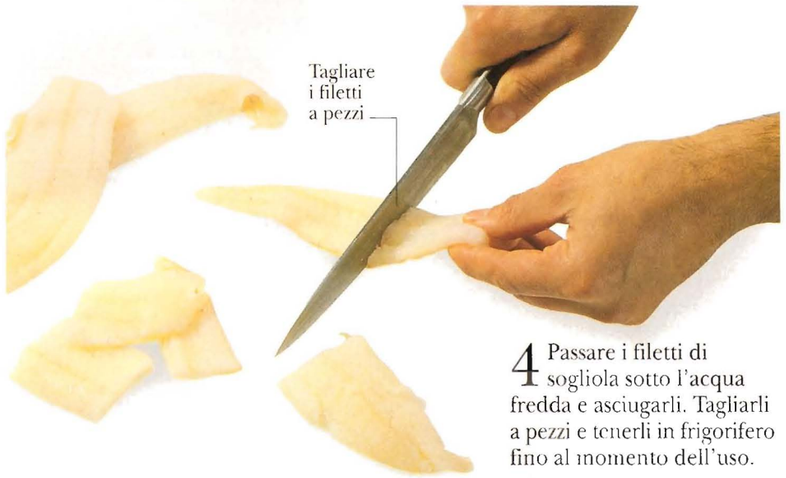


2 Risciacquare le capesante sotto l'acqua fredda, scolarle e asciugarle con carta da cucina.

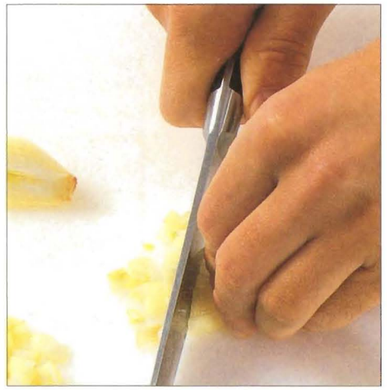


3 Con il coltellino tagliare le capesante, se sono grosse, a metà in due dischi.

Tagliare i filetti a pezzi

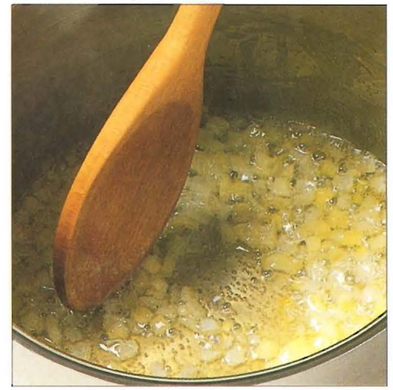


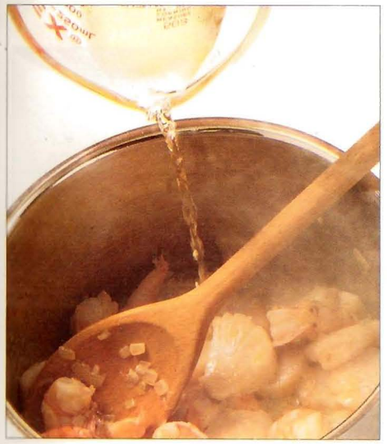
4 Passare i filetti di sogliola sotto l'acqua fredda e asciugarli. Tagliarli a pezzi e tenerli in frigorifero fino al momento dell'uso.



5 Sbucciare gli scalogni e separarli in spicchi. Affettarli in orizzontale e poi in verticale, ma lasciando le fette attaccate; tagliarli perpendicolarmente per ottenere dei dadini.

6 Far sciogliere il burro in un tegame di grandezza media, mettervi gli scalogni tritati e soffriggerli finché appassiscono senza colorire. Aggiungervi i gamberi e le capesante, salare e pepare.





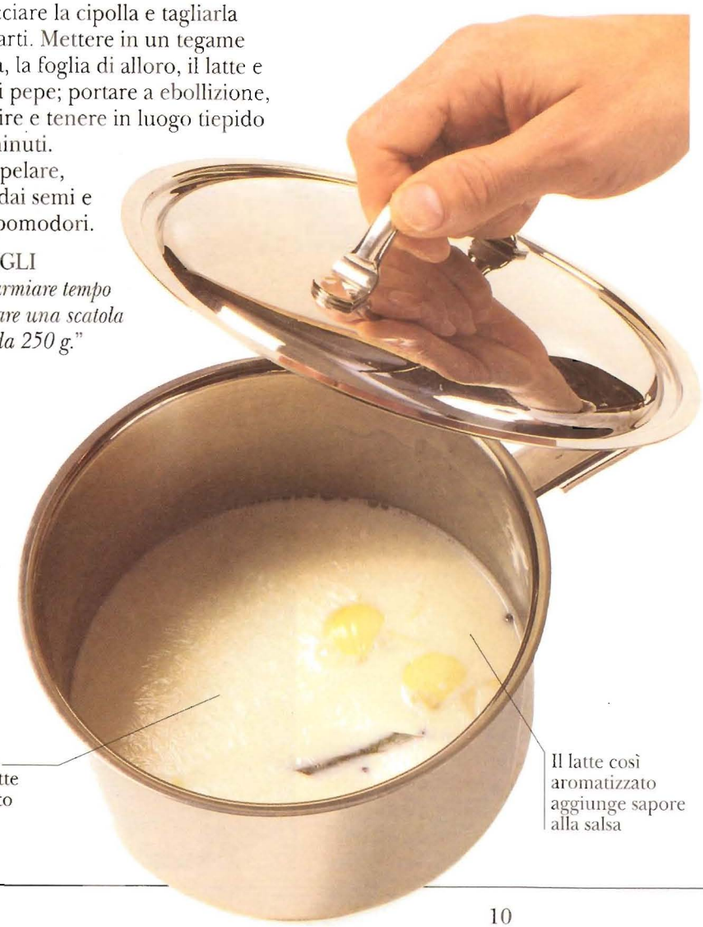
7 Cuocere a calore medio 2-3 minuti finché i gamberi diventano rosa e le capesante opache. Versare il vino bianco e portare ad ebollizione.

8 Levare il tegame dal fuoco. Con il cucchiaio forato scolare gamberi e capesante. Conservare il liquido di cottura.

2 PREPARAZIONE DELLA SALSA

1 Sbucciare la cipolla e tagliarla a quarti. Mettere in un tegame la cipolla, la foglia di alloro, il latte e i grani di pepe; portare a ebollizione, poi coprire e tenere in luogo tiepido per 10 minuti. Intanto, pelare, liberare dai semi e tritare i pomodori.

I CONSIGLI
"*Per risparmiare tempo si può usare una scatola di pelati da 250 g.*"

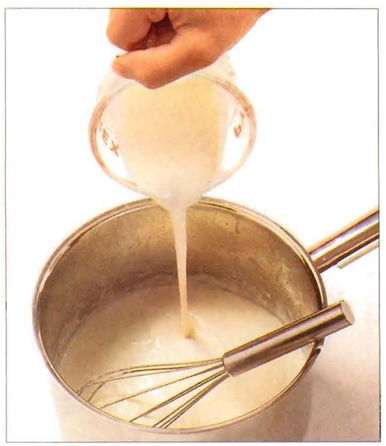


2 Pulire i funghi con carta da cucina umida, poi tagliare i gambi livellandoli alle cappelle. Appoggiare i funghi sul tagliere con la parte tagliarli in basso e affettarli.

3 Mettere i funghi affettati nel liquido di cottura dei gamberi e delle capesante e farli sobbollire 2 minuti. Tenerli da parte.

4 Tenendo la fiamma bassa, far fondere il burro in un altro tegame, aggiungervi la farina e, mescolando, lasciar cuocere finché comincia a formarsi la schiuma, 30-60 secondi.

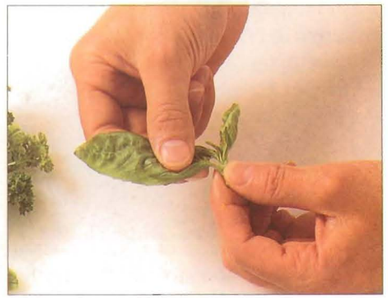
5 Levare il tegame dal fuoco e dopo un attimo versarvi il latte, colandolo. Mischiare bene con la frusta e far cuocere di nuovo, finché la salsa si addensa. Salarla e peparla e lasciarla sobbollire altri 2 minuti. Levarla dal fuoco.



6 Versare la panna nella besciamella e mescolarla vigorosamente con la frusta per amalgamarla.

!ATTENZIONE!
Se si formano dei grumi nella salsa mentre cuoce, bisogna levarla dal fuoco e sbatterla bene con la frusta; se non basta è meglio passarla al setaccio.

7 Aggiungere alla salsa i funghi con il loro liquido di cottura e i pomodori tritati, poi rimettere il tegame sul fuoco e far cuocere altri 2 minuti.

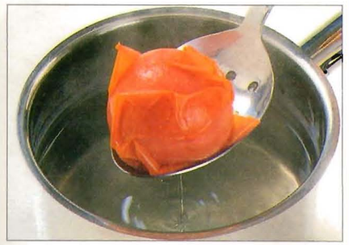


8 Staccare le foglie di basilico e prezzemolo dai gambi e tritarle grossolanamente.

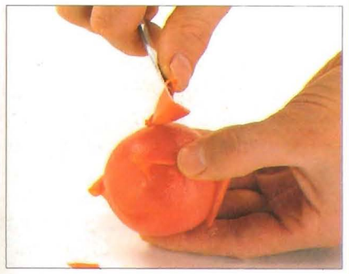
9 Mescolare le erbe alla salsa, insieme al peperoncino, poi salarla, peparla e metterla da parte.

PELARE, LIBERARE DAI SEMI E TRITARE I POMODORI

Se sbucciati, privati dai semi e poi tritati, i pomodori, cuocendo, diventano una purea senza grumi.



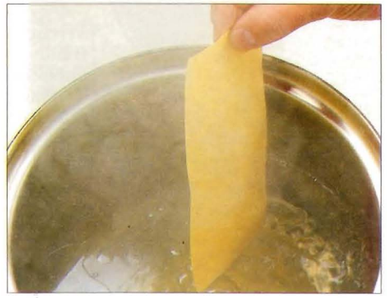
1 Far bollire dell'acqua in un tegamino. Eliminare il picciolo dai pomodori, poi incidere una X sul fondo di ognuno. Immergerli nell'acqua bollente e farli cuocere finché la buccia comincia a staccarsi, 8-15 secondi. Trasferirli subito in una ciotola di acqua fredda, per fermarne la cottura.



2 Quando sono freddi, sbucciarli con un coltellino, poi tagliarli a metà per il lungo e strizzarli per eliminare i semi.

3 Appoggiare ogni metà sul tagliere e affettarla. Ruotarla di 180 °C e affettarla di nuovo, poi tritare la polpa grossolanamente.

3 COMPLETAMENTO E COTTURA DELLE LASAGNE



1 Riempire il tegame grande a bordi bassi di acqua e farla bollire, aggiungendo anche un cucchiaio di olio e uno di sale. Cuocere le lasagne, poche alla volta, lasciandole bollire 3-5 minuti se fresche, 8-10 se secche.

2 Con il cucchiaio forato, levare le lasagne dall'acqua e metterle nello scolapasta. Distenderle su uno strofinaccio ad asciugare. Grattugiare il gruviera.

3 Preriscaldare il forno a 180 °C. Imburrare la pirofila e coprirne il fondo con un quarto della salsa, poi disporvi sopra metà delle capesante e dei gamberi.

Punteggiare la salsa con le capesante e i gamberi

4 Coprire la salsa e i frutti di mare con uno strato di lasagne.

5 Disporre i pezzi di sogliola sulle lasagne in un unico strato, poi irrorarli con un terzo della salsa rimasta e ricoprirli con un altro strato di lasagne.

6 Disporre sulla superficie il resto dei gamberi e delle capesante, versarvi sopra metà della salsa rimasta e fare un ultimo strato con il resto delle lasagne. Ricoprire con la salsa rimanente e spargervi sopra il gruviera grattugiato.

L'ultimo strato di formaggio formerà una crosticina dorata

La salsa cremosa ricopre il pesce

7 Cuocere le lasagne nel forno preriscaldato finché friggono e presentano una crosticina dorata, 30-45 minuti.

SERVIRE IN TAVOLA
Tagliare le lasagne a porzioni quadrate e servirle bollenti su piatti individuali preriscaldati.

La crosta dorata rende le lasagne croccanti

I pomodori aggiungono un tocco di colore alle lasagne

VARIANTE
LASAGNE DI TROTA AFFUMICATA E SPINACI

Queste lasagne dai colori vivaci presentano strati di pasta agli spinaci alternati a trota affumicata e gamberi.

1 Preparare e cuocere 500 g di gamberi come spiegato. Non usare le capesante.
2 Al posto dei filetti di sogliola adoperare la stessa quantità di trota affumicata, tagliandola in grossi pezzi.
3 Preparare la salsa come già spiegato.
4 Sostituire le lasagne con lasagne verdi, agli spinaci.
5 Completare le lasagne e cuocerle come spiegato nella ricetta precedente.
6 Servire le lasagne decorandole con insalata e foglie di erbe aromatiche.

— SUGGERIMENTI UTILI —
Questa ricetta può essere preparata anche un giorno prima, purché la si conservi, ben coperta, in frigorifero. Bisogna però cuocerla solo all'ultimo minuto.

CONCHIGLIE ALLA MARINARA

Dosi per 4 persone | Preparazione 45-50 minuti | Cottura 5-10 minuti

Utensili

* o della garza

I crostacei, assieme alle conchiglie di pasta, sono i protagonisti di questo ricco piatto, ma anche funghi, aglio e peperoncino rosso piccante non hanno di certo un ruolo da comprimari. La nostra proposta prevede l'uso di capesante, gamberi e cozze, ma ovviamente potete variarli a vostro piacere.

Suggerimenti utili

Le cozze devono essere cotte 1 o 2 ore prima e anche gli ingredienti del sugo possono essere preparati in anticipo. In ogni caso, pasta e sugo danno i migliori risultati se cotti poco prima di presentarli in tavola.

Cosa occorre

1 kg di cozze
450 g di pasta tipo conchiglie
2 cipolline§, 175 ml di vino bianco secco
200 g di capesante già pulite
500 g di gamberi crudi
2 spicchi d'aglio
150 g di champignon
2 peperoncini rossi freschi
1 mazzetto di prezzemolo
100 ml di olio d'oliva, sale e pepe

Ingredienti

I consigli

"Al posto delle conchiglie, ovviamente, si possono utilizzare anche altri tipi di pasta, anche fresca, mentre, al posto delle cozze, si possono usare vongole oppure un misto tra i due molluschi. Le vongole vanno preparate come le cozze."

Sequenza di lavoro

1 Preparazione del sugo alla marinara

2 Cottura del sugo e della pasta

Come preparare le cozze

Il modo più semplice per far aprire le cozze dopo averle lavate è quello di scaldarle. Durante l'operazione, possono essere aggiunti anche cipolla e vino bianco, per dare una nota di sapore in più. Dopo la cottura, scartare le cozze che non si sono aperte.

1 Lavare bene le cozze in acqua fredda corrente, passandole con la spazzolina. Raschiarle con un coltellino per eliminare eventuali cirripedi. Gettare i molluschi dal guscio rotto.

2 Togliere il bisso dalle cozze e tritare la cipolla.

3 Porre le cozze in una padella, unirvi il vino bianco e la cipolla, e incoperchiare. Cuocere a fiamma vivace scuotendo la padella di tanto in tanto, per circa 6-8 minuti, fino a quando i gusci si saranno aperti.

1 Pulire le cozze e farle cuocere in adella fino a quando si apriranno assieme a una cipolla e al vino (vedi riquadro a sinistra). Estrarre i molluschi dal guscio, tenendone da parte 8-12 da usare come guarnizione finale. Togliere la sottile membrana circolare attorno alle cozze.

2 Filtrare con cura il liquido di cottura delle cozze e tenerlo da parte.

3 Privare le capesante della membrana a forma di mezzaluna posta sul lato , quindi tagliarle a fettine. Sgusciare i gamberi.

4 Tritare la cipolla rimasta e l'aglio. Mondare e affettare i funghi. Privare dei semi e tagliare a dadini i peperoncini (vedi riquadro a pag.16).

COME PREPARARE
I PEPERONCINI PICCANTI

Indossare sempre i guanti di gomma quando si maneggiano i peperoncini, perché la capsicina, una sostanza contenuta nella membrana bianca che contiene i semi, è molto irritante. Evitare assolutamente di toccare occhi o mucose nel caso in cui le mani siano state a diretto contatto dei peperoncini.

1 Tagliare il peperoncino a metà nel senso della lunghezza. Eliminare il picciolo, i semi e le nervature bianche.

2 Porre mezzo peperoncino sul tagliere con la parte tagliata verso il basso, ridurlo a listerelle.

3 Tenendo assieme le listerelle tagliarle per ottenere i dadini.

1 Far scaldare l'olio in un tegame, unirvi la cipolla e farla appassire. Aggiungervi i funghi, l'aglio e i peperoncini. Salare, pepare e far cuocere, mescolando di tanto in tanto, fino a quando il liquido si sarà evaporato, cioè per circa 3-4 minuti.

2 Unirvi il liquido di cottura delle cozze, filtrato, e far bollire sino a quando si ridurrà a circa 250 ml (dovrebbero bastare 5-7 minuti).

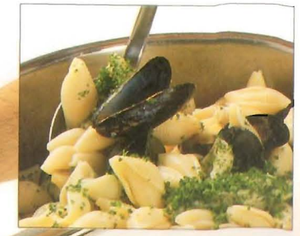
Il liquido di cottura delle cozze dà al sugo più sapore

Dopo la cottura, il liquido deve essersi ben ristretto

3 Nel frattempo cuocere le conchiglie in abbondante acqua salata quando avrà raggiunto l'ebollizione, mescolando spesso per evitare che si attacchino. Scolare la pasta e versarla in una ciotola preriscaldata.

4 Unirvi gamberi e capesante, mescolare bene e far cuocere fino a quando i crostacei saranno rosati e le capesante opache.

5 Unirvi anche le cozze sgusciate e quelle ancora nel guscio. Assaggiare e aggiustare di sale e pepe, completare con le conciglie, mescolare, profumare di prezzemolo tritato e mescolare di nuovo.



Fare attenzione a non far uscire i molluschi dal guscio

Conchiglie e crostacei hanno una certa affinità di forma, dimensione e colore

VARIANTE

CONCHIGLIE AI GAMBERETTI

I piccoli crostacei, saltati in olio d'oliva e insaporiti con peperoncino piccante e cipollotti, sono l'unico condimento di questa proposta pronta in pochi minuti.

1 Non utilizzare cozze, capesante, funghi, vino bianco, cipolle, prezzemolo, e aumentare la quantità dei crostace a 750 g.
2 Tritare 2 cipollotti e farli appassire in poco olio assieme all'aglio e ai peperoncini.
3 Unirvi i gamberetti e cuocerli per 2-3 minuti, fino a quando saranno rosati.

SERVIRE IN TAVOLA

Versare la pasta in una zuppiera capiente, sistemando in modo decorativo le cozze con il guscio. Al momento di dividere nelle singole porzioni, assicurarsi di distribuire correttamente crostacei e molluschi, così come di guarnire con 2 cozze con il guscio.

PENNE RICCHE ALL'ARRABBIATA

Dosi per 6 persone | Preparazione 35-40 minuti | Cottura 30-40 minuti

Utensili

In questa ben nota ricetta della nostra tradizione culinaria, il peperoncino rosso rende infuocata una già di per sé saporita salsa di pomodoro. Nella nostra proposta, il sugo viene arricchito con pancetta e funghi, trasformandola in un piatto unico.

Suggerimenti utili

La salsa di pomodoro e pancetta può essere preparata anche 2 giorni prima e conservata in frigorifero. Scaldarla e cuocere la pasta solo al momento di servire.

Cosa occorre

400 g di penne, 30 g di burro
60 g di parmigiano reggiano
sale

Per il sugo

1 kg di pomodori perini
1 peperoncino rosso, 2 spicchi d'aglio
400 g di champignon
5-7 rametti di origano fresco
150 g di pancetta affumicata, sale e pepe

Ingredienti

* o del pecorino stagionato
** si può usare anche peperoncino essiccato

I CONSIGLI

"Se non è la stagione giusta per i pomodori perini freschi, usare quelli in scatola, ben scolati dal sugo di conservazione."

Sequenza di lavoro

1 Preparazione del sugo di pomodoro e pancetta

2 Cottura delle penne e completamento

1 Preparazione del sugo di pomodoro e pancetta

1 Togliere il picciolo ai pomodori e incidere una croce sul fondo di ognuno. Immergerli in acqua bollente solo per 8-15 secondi, a seconda del grado di maturazione. Toglierli con il cucchiaio forato e tuffarli in acqua fredda. Pelarli e tagliarli a metà, togliere i semi quindi ridurli in dadolata.

2 Con i guanti di gomma tagliare il peperoncino a metà nel senso della lunghezza, privarlo di picciolo, semi e nervature, quindi ridurlo prima a striscioline, poi a dadini. Se si usa peperoncino essiccato, tritarlo ed eliminare i semi.

3 Schiacciare ogni spicchio d'aglio con la lama del coltello tenuta di piatto, quindi sbucciarli e tritarli finemente.

4 Mondare i gambi dei funghi eliminando il piede terroso, pulirli con carta da cucina inumidita quindi affettarli.

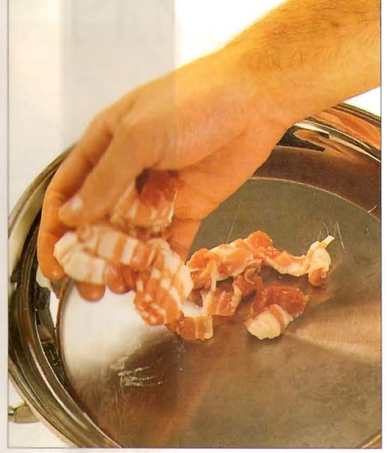
I CONSIGLI

"Per dare più sapore, si può usare un misto di funghi."

Le foglioline di origano fresco sono un'ottima guarnizione

5 Staccare le foglioline di origano tenendone da parte qualcuna per la guarnizione finale, porre le altre sul tagliere e tritarle finemente.

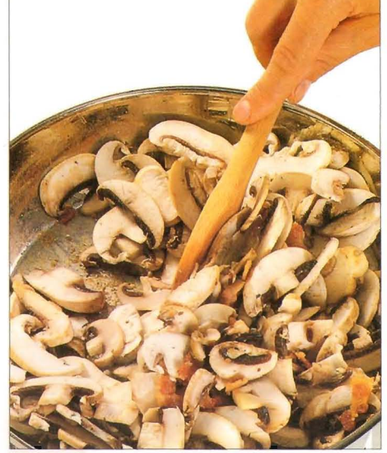
6 Disporre le fette di pancetta sul tagliere una sopra l'altra e tagliarle a listerelle.



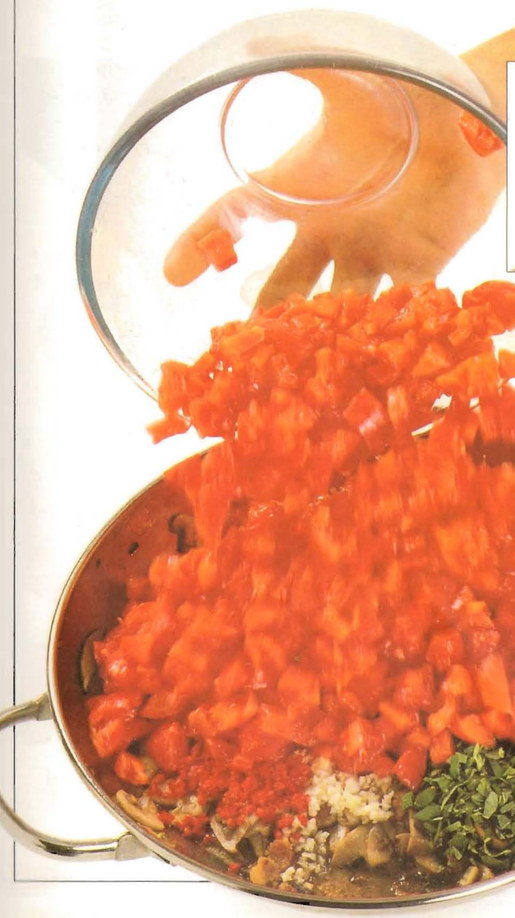
7 Porre le listerelle di pancetta nella padella, friggerle a calore moderato, mescolando, per 5-7 minuti, fino a quando diverranno ben dorate e il grasso si sarà sciolto.

La pancetta dà un piacevole sapore al sugo

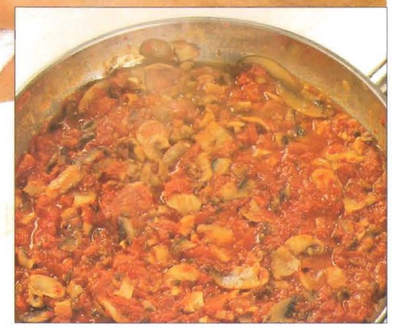
8 Sgrassare il più possibile, lasciandone solo 3 cucchiai per cuocervi i funghi.



9 Aumentare la fiamma, aggiungervi i funghi e cuocere, mescolando, fino a quando i funghi si saranno ammorbiditi e la maggior parte del liquido sarà evaporata.



10 Insaporire con aglio, peperoncino, origano, sale e pepe. Unire la dadolata di pomodoro e portare a bollore. Incoperchiare e cuocere, mescolando, per circa 30 minuti, finchè la salsa sarà ben densa.



11 Se il sugo non risultasse giustamente denso, cuocere, senza coperchio, per qualche minuto ancora. Aggiustare di sale e pepe.

1 Portare a ebollizione abbondante acqua in una pentola, salarla e tuffarvi le penne. Cuocerle al dente, mescolando di tanto in tanto per evitare che si attacchino.

2 Scolare le penne nello scolapasta, scuotendolo per eliminare quanta più acqua possibile.

SERVIRE IN TAVOLA

Versare le penne in una zuppiera preriscaldata. Unirvi il burro e mescolare bene in modo da distribuirlo uniformemente. Completare con la salsa e metà del parmigiano grattugiato. Mescolare, quindi cospargere con poco parmigiano e guarnire con le foglioline di origano. Servire subito, accompagnando con il parmigiano restante.

Le penne trattengono bene il sugo

Il sugo di pomodoro sarà ancora più piccante con altro peperoncino

SPAGHETTI CON SUGO PICCANTE

Un piatto, ancora più saporito delle Penne all'arrabbiata, reso infuocato dall'uso del peperoncino e piccante dall'aglio.

1 Non utilizzare pancetta, funghi e origano. Pelare, privare dei semi e ridurre in dadolata 1 kg di pomodori perini.

2 Tritare 2 peperoncini rossi piccanti, freschi o secchi, eliminando i semi. Pelare e tritare 4 spicchi d'aglio.

3 Scaldare 3 cucchiai di olio d'oliva in padella, unirvi i peperoncini e l'aglio, e farli appassire.

4 Aggiungervi i pomodori, salare, pepare e continuare la cottura come indicato.

5 Cuocere 500 g di spaghetti in abbondante acqua salata, scolarli e condirli con il sugo.

6 Servire gli spaghetti in singoli piatti preriscaldati, cosparsi di parmigiano grattugiato.

MACCHERONI ALLE SARDE

DOSI PER 4 PERSONE | PREPARAZIONE 40-45 MINUTI | COTTURA 30-40 MINUTI

UTENSILI

Una ricetta tipica della cucina siciliana, che combina sarde, finocchi, uvetta, pinoli e olio d'oliva: un connubio di sapori dolci e salati che danno vita a un sapore veramente unico nel suo genere. D'estate, i Maccheroni alla siciliana possono rappresentare un ottimo piatto unico, servito a temperatura ambiente. Al posto delle sarde fresche, nella nostra proposta abbiamo utilizzate sardine in scatola.

SUGGERIMENTI UTILI

Il condimento di sardine può essere preparato anche un giorno prima dell'uso purché conservato, coperto con pellicola trasparente, in frigorifero. I maccheroni dovrebbero essere cotti e il piatto completato solo al momento di servire.

COSA OCCORRE

400 g di maccheroni, 500 g di finocchi
50 g di pinoli, 2 cipolle
125 ml di olio d'oliva, 400 g di sardine sott'olio
50 g di uvetta, sale e pepe

INGREDIENTI

SEQUENZA DI LAVORO

1 PREPARAZIONE DEL CONDIMENTO

2 COTTURA DEL CONDIMENTO

3 COTTURA DEI MACCHERONI E COMPLETAMENTO DEL PIATTO

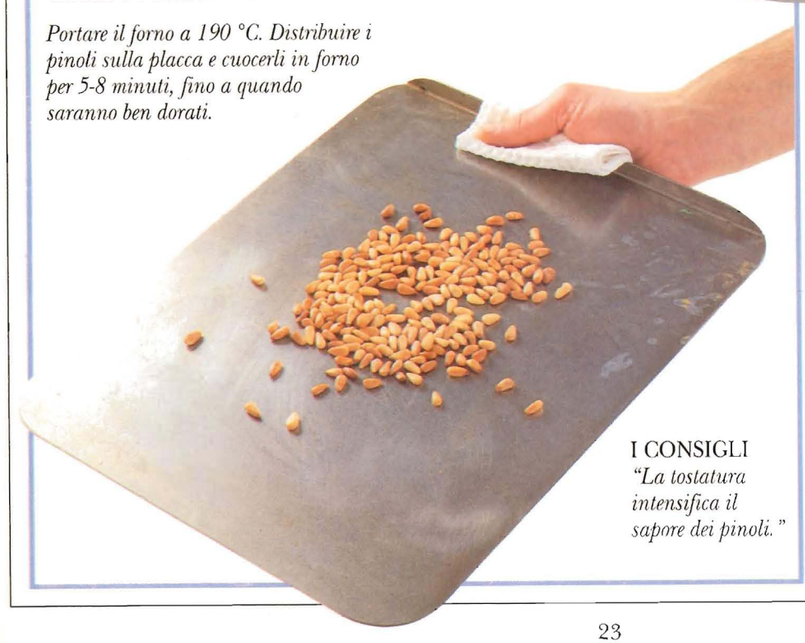
1 Mondare e lavare bene i finocchi, quindi eliminare il fondo, le guaine esterne e l'attaccatura delle foglie.

2 Tagliare i finocchi a metà, quindi affettarli .

Versare il liquido di cottura dei finocchi, intensamente profumato, nella pentola dove si cuocerà la pasta

COME TOSTARE I PINOLI

Portare il forno a 190 °C. Distribuire i pinoli sulla placca e cuocerli in forno per 5-8 minuti, fino a quando saranno ben dorati.



I CONSIGLI
"La tostatura intensifica il sapore dei pinoli."

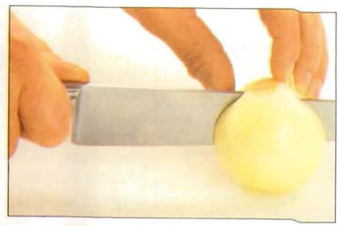
3 Colmare una pentola di acqua salata e portarla a ebollizione. Unirvi i finocchi e far cuocere per circa 5 minuti, fino a quando saranno ben teneri. Scolarli raccogliendo il liquido di cottura nella pentola della pasta.

4 Far raffreddare i finocchi, quindi tritarli. Tostare i pinoli.

1 Affettare finemente le cipolle (vedi riquadro sottostante). Far scaldare l'olio nella padella, unirvi le cipolle e farle appassire.

2 Scolare le sardine dall'olio. Tenerne da parte 4 per la guarnizione e unire il resto alla preparazione. Far insaporire per 3-4 minuti.

COME AFFETTARE UNA CIPOLLA



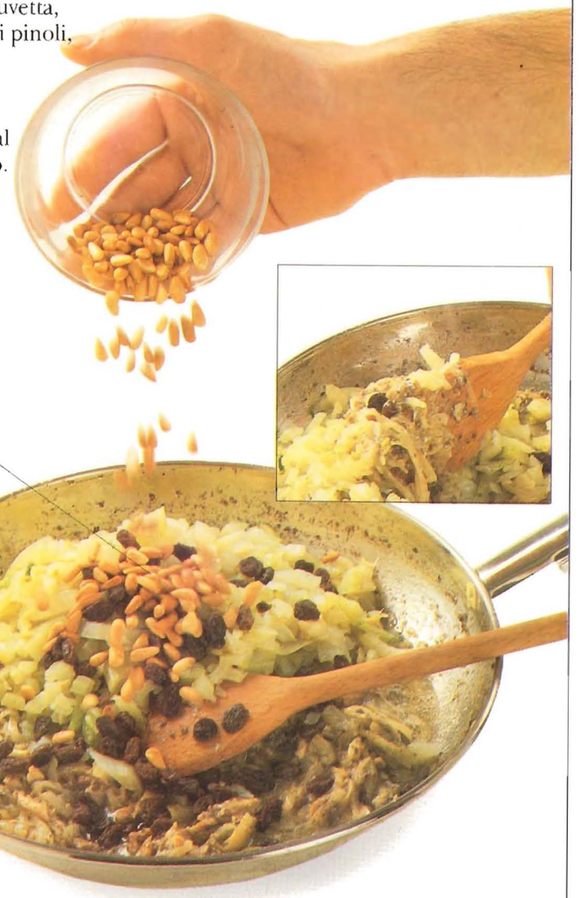
1 Pelare la cipolla lasciando intatta la radice. Tagliarla a metà nel senso della lunghezza.

2 Porre ogni mezza cipolla, con la parte tagliata verso il basso, sul tagliere. Tenendola ben ferma con una mano, affettarla verticalmente. Alla fine dell'operazione, eliminare la radice.

I CONSIGLI

"Togliere la radice solo alla fine per tenere la cipolla unita."

3 Unire i finocchi, l'uvetta, lasciata a bagno, e i pinoli, mescolare e lasciare insaporire per circa 5 minuti. Aggiustare di sale, pepare, togliere dal fuoco e tenere in caldo.



I pinoli tostati manterranno la loro consistenza croccante anche dopo la cottura

3 COTTURA DEI MACCHERONI E COMPLETAMENTO DEL PIATTO

1 Portare l'acqua di cottura dei finocchi a ebollizione, unendo, se necessario, altra acqua per la cottura della pasta. Salarla e tuffarvi i maccheroni, quindi farli cuocere al dente, mescolando spesso per evitare che si attacchino.

Il condimento di sardine deve essere ben distribuito tra i maccheroni

2 Scolare la pasta e versarla in una zuppiera preriscaldata, unirvi metà del condimento e mescolare molto bene.

SERVIRE IN TAVOLA

Distribuire i maccheroni nei singoli piatti, coprirli con il condimento resante e guarnirli con le sardine conservate a parte.

La guarnizione di sardine dà anche un tocco di sapore intenso alla preparazione

VARIANTE

MACCHERONI AL FORNO CON FORMAGGIO, FINOCCHI E UVETTA

In questa variante dei Maccheroni alle sarde, al posto del pesce si utilizza della ricotta. Invece di condire la pasta con il sugo, si distribuiranno in una pirofila strati alternati di pasta e formaggio, con una copertura finale di mozzarella.

1 Preparazione il condimento come indicato, non usando le sardine. Togliere dal fuoco e, quando sarà freddo, unirvi 400 g di ricotta. Aggiustare di sale e pepe.
2 Cuocere e scolare i maccheroni.
3 Portare l forno a 180 °C e imburrare una pirofila da forno.
4 Distribuire metà dei maccheroni nella pirofila e coprire con metà del composto alla ricotta. Distribuire un altro strato di pasta e di ricotta.

5 Affettare 250 g di mozzarella e distribuirla sulla superficie della preparazione.
6 Cuocere in forno per circa 15 minuti, fino a quando la mozzarella si sarà fusa.

STUFATO

DOSI PER 4 PERSONE | PREPARAZIONE 25-30 MINUTI | COTTURA 2 ORE E 45 MINUTI

UTENSILI

In questo piatto della tradizione corsa, uno stufato di manzo molto saporito viene servito con maccheroni, il tutto cosparso di parmigiano grattugiato.

SUGGERIMENTI UTILI

Lo stufato di manzo può essere preparato anche 48 ore prima e conservato, coperto, in frigorifero. I maccheroni dovrebbero essere cotti e il manzo riscaldato solo al momento di servire.

INGREDIENTI

COSA OCCORRE

- 1 kg di manzo per stufato
- 500 g di maccheroni, 2 cipolle
- 150 g di funghi
- 4 spicchi d'aglio
- 1 rametto di rosmarino fresco
- 30 g di farina
- 30 ml di olio d'oliva
- 1 bouquet garni
- 2 cucchiai di cannella in polvere
- 300 ml di vino bianco secco
- 30 g di parmigiano grattugiato
- sale e pepe

SEQUENZA DI LAVORO

1 PREPARAZIONE DEGLI INGREDIENTI

2 COTTURA DELLO STUFATO

3 COTTURA DEI MACCHERONI E COMPLETAMENTO DEL PIATTO

1 PREPARAZIONE DEGLI INGREDIENTI

1 Pelare le cipolle, tagliarle a metà e affettarle. Mondare e tagliare a fettine anche i funghi. Tritare l'aglio.

2 Staccare gli aghi da un rametto di rosmarino e porli su un tagliere.

3 Sminuzzare finemente gli aghi di rosmarino con il coltello.

4 Tagliare la carne a tocchetti di 2 cm.

Il manzo dovrebbe essere privato dal grasso e dalla membrana esterna prima di essere tagliato a dadini

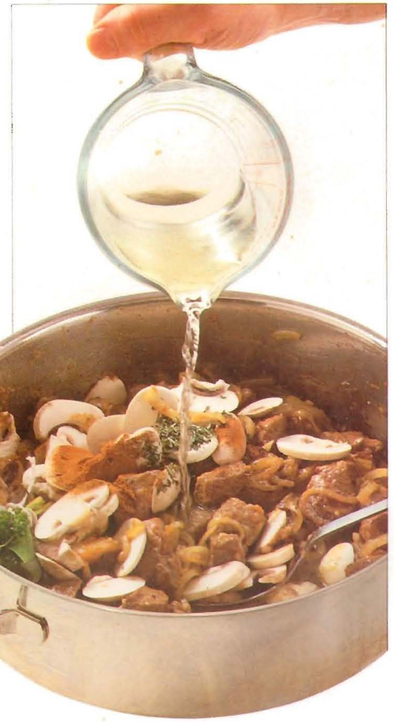
2 COTTURA DELLO STUFATO

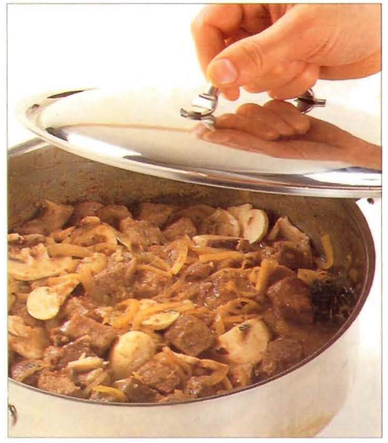
1 Unire in un piatto a bordi bassi la farina, una presa di sale e un pizzico di pepe. Porvi i cubetti di manzo, pochi alla volta, e coprirli uniformemente di farina. Eliminare quella in eccesso.

2 Scaldare l'olio nella casseruola; unirvi i cubetti di carne, pochi alla volta, e farli dorare bene da tutti i lati. Togliere i dadini di carne.

!ATTENZIONE!
Non mettere troppa carne nella casseruola, altrimenti rilascerà una quantità di liquido tale da stufarla e non friggerla.

3 Unire all'olio caldo le cipolle affettate e farle appassire, mescolando spesso, sempre con il cucchiaio forato.





4 Rimettere la carne nella casseruola, assieme all'aglio, e mescolare bene.

5 Unirvi i funghi; il bouquet garni, rosmarino, canella, sale e pepe. Bagnare con il vino bianco.

I manici della casseruola devono essere termoresistenti perché andrà passata in forno

6 Coprire e far cuocere a calore molto dolce per circa 30 minuti, mescolando di tanto in tanto.

I CONSIGLI

" Per uno stufato più tradizionale; unire carote a rondelle e cipolline borettane pelate a metà cottura. "

7 Portare il forno a 180 °C. Unirvi acqua a sufficienza per coprire la carne; incoperchiare la casseruola e passarla in forno per circa 2 ore, mescolando di tanto in tanto. Durante la cottura unire, se necessario, altra acqua.

Usare un cucchiaio forato per togliere il bouquet garni

8 Eliminare il bouquet garni e assaggiare lo stufato per aggiustare di sale e pepe. Volendo, togliere la carne dal condimento e farlo ridurre, deglassandolo.

3 COTTURA DEI MACCHERONI E COMPLETAMENTO DEL PIATTO

1 Colmare d'acqua una pentola, portarla a ebollizione, salarla e tuffarvi i maccheroni. Farli cuocere al dente, mescolando di tanto in tanto, quindi scolarli.

La zuppiera deve essere calda prima di versarvi la pasta, per evitare che questa si raffreddi

2 Versare la pasta in una zuppiera preriscaldata, distribuirvi metà del sugo e mescolare bene. Porre i maccheroni in 4 piatti caldi, unirvi lo stufato rimasto e servire con parmigiano.

I maccheroni vengono prima conditi con una parte dello stufato per renderli più saporiti

I dadini di manzo, cotti fino a quando saranno tenerissimi, il vino, le erbe e le verdure, la cannella e il pepe, danno vita a un sugo delizioso per i maccheroni

VARIANTE

MACCHERONI CON STUFATO DI AGNELLO

Tra le carni più diffuse e apprezzate nel bacino mediterraneo, l'agnello viene qui usato per una versione più saporita dello Stufatu. La nostra presentazione prevede pasta e carne disposti fianco a fianco, e non mescolati tra loro come nella ricetta tradizionale.

1 Sostituire il manzo con una quantità uguale di spalla d'agnello disossata.
2 Al posto degli champignon usare 200 g di olive verdi denocciolate, unendole circa 10 minuti prima della fine della cottura.
3 Non utilizzare il parmigiano.

TIMBALLO DI PASTA AI FORMAGGI

DOSI PER 6 PERSONE | PREPARAZIONE 30-35 MINUTI | COTTURA 25-30 MINUTI

UTENSILI

Uno dei piatti da sempre favoriti da grandi e piccini, questo timballo di maccheroni e formaggio richiede l'uso di una semplice salsa al formaggio, arricchita da un misto di funghi coltivati e selvatici.

SUGGERIMENTI UTILI

Il timballo può essere preparato anche 1 giorno prima e tenuto, coperto di pellicola trasparente, in frigorifero. Cuocerlo in forno solo al momento di servire.

COSA OCCORRE

- 400 g di penne
- 3 scalogni
- 3 spicchi d'aglio
- 125 g di funghi freschi, tipo cantarelli
- 125 g di champignon
- 20 g di burro, più quello per lo stampo
- sale e pepe

Per la salsa al formaggio e la copertura

- 20 g di formaggio Cheddar o Emmental
- 1 mazzetto di erba cipollina
- 2 fette di pane bianco
- 1 l di latte
- 1 fettina di cipolla
- 6 grani di pepe nero
- 1 foglia di alloro
- 30 g di burro, 30 g di farina
- noce moscata grattugiata, sale, pepe

INGREDIENTI

* se non trovate i cantarelli potete sostituirli con 250 g di champignon

SEQUENZA DI LAVORO

1 PREPARAZIONE DEI FUNGHI

2 PREPARAZIONE DELLA COPERTURA

3 PREPARAZIONE DELLA SALSA E COMPLETAMENTO

1 PREPARAZIONE DEI FUNGHI

1 Pelare gli scalogni e dividerli, se necessario, in sezioni. Disporli sul tagliere, con la parte piatta verso il basso, e tritarli finemente.

Eliminare la pellicina che ricopre gli scalogni

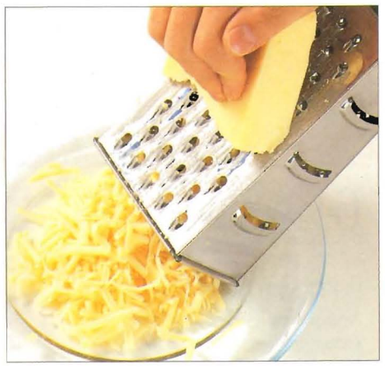
2 Schiacciare ogni spicchio d'aglio con la lama del coltello tenuta di piatto, pelarli e tritarli.

3 Privare del piede terroso i funghi, sia selvatici sia coltivati, pulirli, con carta da cucina inumidita e tagliarli a fettine.

4 Far fondere 15 g di burro nella casseruola, unirvi gli scalogni e farli appassire, mescolando spesso. Aggiungere aglio, funghi, sale e pepe. Continuare la cottura, mescolando con un cucchiaio di legno, per circa 5 minuti, fino a quando tutto il liquido sarà evaporato.

Le due varietà di funghi renderanno la preparazione più saporita

2 PREPARAZIONE DELLA COPERTURA



1 Grattugiare il Cheddar o l'Emmental usando la parte di grattugia a fori più larghi. Tritare grossolanamente i fili di erba cipollina.

2 Tagliare la crosticina dorata dalle fette di pane e ridurle in briciole grossolane nel robot da cucina. Unire in una ciotolina circa un quarto dell'erba cipollina e 30 g di formaggio grattugiato.

3 PREPARAZIONE DELLA SALSA E COMPLETAMENTO DEL PIATTO

1 Scaldare il latte in un tegame assieme alla fetta di cipolla, i grani di pepe e la foglia di alloro. Togliere dal fuoco, coprire e lasciare riposare in luogo caldo per 10 minuti.

2 Nel frattempo, far fondere il burro in un altro tegame a calore moderato. Unirvi la farina incorporandola con la frusta e lavorando per 1 minuto. Lasciare intiepidire.

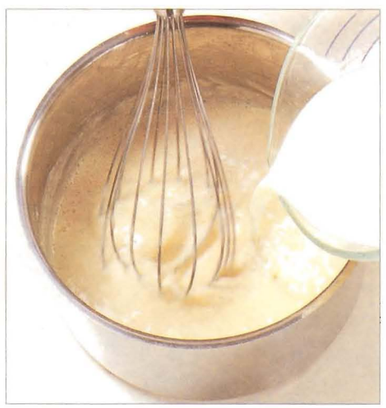
3 Filtrare due terzi del latte e unirlo al composto di burro e farina. Rimettere sul fuoco e far cuocere, sempre mescolando, fino a quando la salsa bollendo si rapprenderà.

La noce moscata grattugiata dà profumo alla salsa

4 Insaporire con la noce moscata, aggiustare di sale e pepe e far cuocere per 2 minuti.

Il formaggio grattugiato si fonderà nella salsa

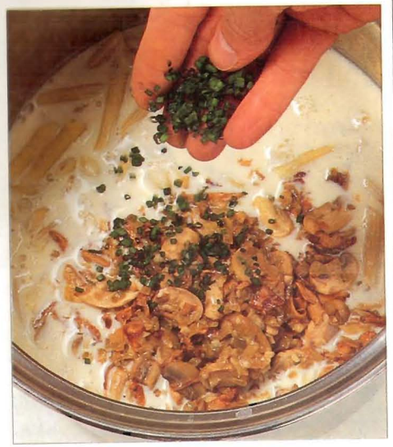
5 Togliere il tegame dal fuoco e unirvi il formaggio restante; lavorare con la frusta per amalgamare il tutto.



6 Incorporarvi lentamente il latte rimasto. Aggiustare di sale e pepe.

!ATTENZIONE!
Non scaldare nuovamente la salsa o il formaggio inizierà a filare.

7 Colmare d'acqua una pentola, portarla a ebollizione e salarla. Tuffarvi le penne e cuocerle al dente, mescolando spesso per non farle attaccare. Scolarle a cottura ultimata.



8 Portare il forno a 180 °C. Imburrare lo stampo. Rimettere le penne nella pentola, unirvi la salsa al formaggio, i funghi e l'erba cipollina tenuta da parte. Mescolare e versare nello stampo, distribuire sulla superficie la copertura e cuocere in forno per circa 30 minuti, fino a quando diverrà ben dorata e gratinata.

La crosticina di formaggio e pangrattato cela la pasta riccamente coperta di salsa

SERVIRE IN TAVOLA
Se la superficie non è ben dorata, far grigliare per 2-3 minuti. Suddividere la preparazione tra 6 piatti preriscaldati e servirla, volendo, con qualche fettina di pomodoro.

Funghi selvatici, scalogni e aglio aggiungono una nota di sapore

VARIANTE

PASTA AI TRE FORMAGGI

La pasta verde viene condita con una ricca salsa di formaggi francesi e quindi cotta in forno in piatti individuali.

1 Non utilizzare il formaggio Cheddar, gli scalogni, i funghi e l'erba cipollina. Togliere la crosta a 175 g di Brie e 60 g di Roquefort, poi tagliarli a dadini. Grattugiare 175 g di Gruyère.
2 Per la copertura al prezzemolo, preparare il pangrattato come indicato. Tritare un mazzetto di prezzemolo e 1 spicchio d'aglio. Far fondere 50 g di burro. In una ciotola, mescolare il pangrattato, burro, aglio, metà del prezzemolo, sale e pepe.
3 Preparare la salsa al formaggio come indicato, unendo tutto il Brie, il Roquefort e il Gruyère al posto del Cheddar. Unirvi 2 cucchiai di senape di Digione e aggiustare di sale e pepe.
4 Cuocere 250 g di pasta verde. Imburrare 6 piatti da forno individuali. Scolare la pasta, quindi rimetterla nella pentola. Unirvi la salsa al formaggio e il prezzemolo restante.
5 Distribuire pasta e formaggio nei singoli piatti e completare con la copertura. Cuocere in forno per circa 30 minuti, fino a quando la superficie sarà ben dorata.

Tagliatelle con spinaci, piselli e peperoncini

Una ricetta semplice, dove grande protagonista è, una volta di più, la pasta fatta in casa.

Dosi per 4 persone
Preparazione 25 minuti
Cottura 50 minuti

Cosa occorre

220 g di farina, 2 uova
100 g di spinaci mondati
1 peperone rosso
100 g di piselli freschi sgranati, olio d'oliva
50 g di grana padano grattugiato
sale, pepe

1 Preparare la pasta: versare 200 g di farina sulla spianatoia, rompere al centro le uova e unire una presa di sale. Amalgamare gli ingredienti con la forchetta, quindi lavorare l'impasto con le mani. Quando si otterrà un composto liscio e omogeneo, farne una palla, avvolgerla in un foglio di pellicola trasparente e porre in frigorifero per circa 30 minuti.

2 Mondare il peperone. Lavarlo in acqua corrente e tagliarlo a listarelle. Sbollentare gli spinaci, strizzarli e tritarli; lessare i piselli in acqua salata.

3 In una padella scaldare 4 cucchiai di olio d'oliva. Porvi tutte le verdure, insaporirle con una presa di sale e con pepe appena macinato, quindi rosolarle.

4 Sulla spianatoia leggermente infarinata tirare la pasta con il matterello in modo da ottenere una sfoglia sottile, quindi, con il tagliapasta, ottenere le tagliatelle.

5 Lessare le tagliatelle in abbondante acqua salata e condirle con il sugo.

Foto: Gianni Renna

Foto: Gianni Renna

Insalata di verdura e pasta

Una proposta particolarmente adatta per i mesi estivi, che si può anche preparare in anticipo e tenere sempre pronta.

Dosi per 4 persone
Preparazione 30 minuti
Cottura 20 minuti

Cosa occorre

250 g di farfalle, 2 pomodori perini
100 g di fagiolini, 50 g di piselli
qualche foglia di lattuga, 1 falda di peperone rosso
40 g di mais al naturale
1 cucchiaio di cipolline sott'aceto
1 cucchiaio di capperi sott'aceto
5 cetriolini sott'aceto, 5 foglie di basilico
1 limone, 4 cucchiai di olio extravergine d'oliva
sale, pepe

1 Portare a bollore abbondante acqua salata e tuffarvi la pasta. In un'altra casseruola lessare i fagiolini spezzettati e scolarli, tuffare i piselli e cuocerli per qualche minuto. Scolarli e lasciarli raffreddare.

2 Privare i pomodori del picciolo, pelarli e tagliarli a listerelle. Scottare la falda di peperone sulla fiamma, privarla della pellicina bruciacchiata e tagliare anch'essa a bastoncini. Pulire le foglie di basilico passandole con un panno leggermente inumidito.

3 Scolare la pasta e raffreddarla in acqua corrente. Irrorarla con un filo di olio e trasferirla in una zuppiera. Unire le verdure, i capperi, le cipolline e i cetriolini a pezzetti, il mais scolato e le foglie di basilico sminuzzate. Condire l'insalata con succo di limone, olio d'oliva, una presa di sale e un pizzico di pepe, mescolare e servire su foglie di lattuga lavate e ben sgrondate.

Pizzoccheri con scampi e cime di rapa

Una preparazione ricca e molto gustosa, che prevede un abbinamento davvero insolito, quello tra crostacei e verdure.

Dosi per 4 persone
Preparazione 20 minuti
Cottura 45 minuti

Cosa occorre

300 g di pizzoccheri , 8 scampi
1 kg di cime di rapa, 1 spicchio di aglio
2 pomodori maturi
1 acciuga sott'olio
olio d'oliva, sale, pepe

1 Mondare le cime di rapa togliendo le foglie più grandi e ricavandone solamente le cimette che verranno lavate bene in acqua corrente fredda per eliminare tutta la terra.

2 Pulire e sgusciare gli scampi e tagliarli a metà nel senso della lunghezza. Saltarli quindi in padella con qualche cucchiaio di olio, l'aglio e l'acciuga ridotta in una poltiglia molto fine con una forchetta. Regolare di sale, pepare a piacere e lasciare cuocere la preparazione per circa 5 minuti.

3 Tuffare in abbondante acqua che avrete salato al bollore i pizzoccheri e, dopo 5 minuti, unirvi anche le cime di rapa. Mescolare bene e proseguire la cottura. Scolare la pasta quando sarà cotta al dente e versare il tutto nella padella assieme agli scampi. Aggiungere quindi i pomodori, che saranno stati lavati, privati di buccia, di semi e tagliati a dadolini fini. Saltare il tutto a fuoco vivo per 1-2 minuti, quindi portare subito in tavola i pizzoccheri ben caldi.

Foto: Gianni Renna

Tagliolini al pesto con frutti di mare

Una ricetta molto profumata, che trae ispirazione da un classico della cucina ligure.

Dosi per 4 persone
Preparazione 30 minuti
Cottura 20 minuti

Cosa occorre

350 g di tagliolini
500 g di vongole
500 g di cozze
100 g di panna liquida
1 vasetto di pesto
olio, sale e pepe

1 Lavare molto accuratamente le vongole sotto l'acqua fredda corrente per eliminare ogni residuo di sabbia. Raschiare con un coltello le cozze, eliminare i fili di bisso che fuoriescono dalle valve e lavarle molto bene. Mettere i molluschi in una casseruola senza acqua su fuoco vivo, incoperchiare e aspettare che si siano aperti tutti. Sgusciarli quindi tenendo da parte i più belli che si utilizzeranno per la decorazione del piatto.

2 Filtrare l'acqua che le vongole e le cozze avranno lasciato nella pentola e utilizzarne all'incirca 4 cucchiai in modo da diluire il pesto.

3 Tuffare i tagliolini in abbondante acqua bollente salata a cui si sarà aggiunto un cucchiaino di olio in modo che la pasta non si "incolli". Scolarli quando saranno cotti al dente e condirli con il composto a base di pesto, panna e molluschi; spolverizzare il tutto con pepe macinato al momento e guarnire con i molluschi tenuti da parte, quindi servire subito in tavola.

Foto: Gianni Renna